

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №26 г. Йошкар-Олы «Теремок» 424031, Республика Марий Эл, г.
Йошкар-Ола, ул. Эшпая, 120 тел. 45-25-64

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
От 31.08.2023г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 26
«Теремок»
/С.В.Кабаева/
(Подпись)
2023г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
подготовительной группы «Пчелка»
«Веселая ритмика»



Разработчик программы:
Фаизова Елена Михайловна,
воспитатель
первой квалификационной категории

Йошкар-Ола
2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК"**, Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

*Научите меня танцевать,
В ритме плавных движений струиться,
В вихре звуков себя расплескать,
Раствориться... и с музыкой слиться*

1. Пояснительная записка.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Одной из задач Федерального Государственного Образовательного Стандарта дошкольного образования является охрана и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка.

Воображение ребенка, как об этом писал Л.С. Выготский, имеет двигательный характер. Дети подвижны, эмоциональны, восприимчивы, и поэтому большая часть информации легче усваивается ими через движения. Необходимо применять в работе с дошкольниками разные виды музыкального движения, ведь музыка для ребенка - благодатная почва для активизации творческих способностей и воображения.

Сегодня возникла потребность организовать дополнительные занятия с детьми старшего дошкольного возраста, причем чтобы эти занятия были направлены на разностороннее развитие, как в танцевально-хореографическом плане, так и в спортивно-оздоровительном. Так в нашем детском саду были организованы дополнительные занятия с детьми и создана программа по ритмопластике «Веселая ритмика». В этой программе сочетаются музыка, игра, движения, слова - все то, что необходимо детям для развития познавательной, эмоционально-волевой сферы, двигательной активности и творчества в движении.

Существует множество программ по хореографии для детей. Почему именно ритмическая пластика, а не просто кружок хореографии? Отвечая на этот вопрос, хочется подчеркнуть особенность программы, в которую включены различные элементы из гимнастики, логоритмики, партерной гимнастики, черлидинга; доступны детям дошкольного возраста с разным уровнем развития, не только музыкально одаренным, а также педагогам, не имеющим профессиональной подготовки в области хореографии.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы и взаимодействуют такие направления, как музыка, ритмика,

хореография, пластика, физическая культура, речевые игры со словом, и они даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

Педагогическая целесообразность программы заключается в реализации новых импровизационных и игровых форм, в организации музыкально-творческой среды, направленной на развитие индивидуальных особенностей и творческого потенциала каждого ребенка и на детский коллектив в целом.

Отличительными особенностями данной программы от уже существующих является: активное использование здоровьесберегающих и инновационных технологий, игровой деятельности, вовлечение родителей и педагогов в образовательный процесс.

Настоящая программа разработана на основе следующих документов:

- Закона РФ «Об образовании» ФЗ- 273;
- Федерального закона ФЗ-99;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013г. № 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- СанПин 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. N 26 «Санитарно-эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольной образовательной организации»;
- Основной общеобразовательной программы дошкольного образования МБДОУ ДС №27 «Светлячок» г. Йошкар-Олы.

Цель программы: развитие художественно-эстетического вкуса, музыкальности, эмоциональной сферы и творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами танцевального искусства.

Задачи программы:

Образовательные -

Обогащать знания дошкольников в области музыкального и хореографического искусства. Обучать навыкам танцевального мастерства, знакомить детей с танцами народов мира. Учить детей пластической импровизации, выразительности движений.

Развивающие-

Развивать творческие способности, мышление, воображение, память, познавательную активность, расширять кругозор. Развивать двигательные способности детей, пластику движений в танцах, играх, импровизациях. Развивать умения эмоционально выражать чувства в танце.

Воспитательные-

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК", Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия, инициативу.

Развивать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения; воспитание умения работать в паре, коллективе. Расширить возможности коммуникативной стороны общения детей.

Задачи укрепления и восстановления здоровья:

Приобщать детей к основам здорового образа жизни и гармонии тела.

Способствовать оптимизации укрепления и развития опорно-двигательного аппарата;

формировать правильную осанку;

содействовать профилактике плоскостопия;

содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Программа рассчитана на детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет)

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ -2 года

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ – обучение детей проходит в специально организованном помещении- музыкальном зале, во второй половине дня по окончании основных режимных моментов.

Занятия проводятся 2 раза в месяц, соответственно требованиям САНПиНа, соответственно возрасту:

Старший возраст 5-6 лет-25 минут,

Подготовительная 6-7 лет 30 минут.

Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).
- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК", Кабаева**
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

- Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

Целевые ориентиры:

Первый год обучения (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Развиты двигательные качества и умения (гибкость, пластичность). Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. Развиты в достаточной мере коммуникативные навыки с другими детьми и взрослыми, социализация.

Второй год обучения (подготовительная к обучению в школе группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения.

Развиты гибкость, пластичность, координация движений.

Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Развиты в полной мере творческие способности, потребности самовыражения детей в движении под музыку.

Развиты и натренированы психические процессы, нравственно-коммуникативные качества личности. Ребенок социализирован в обществе.

Главный ожидаемый результат:

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.

3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

Учебно- тематический план дополнительной образовательной программы по ритмопластике «Веселая ритмика»

Первый год обучения (5-6 лет):

задачи:

Воспитание интереса и любви музыки, потребность в ее слушании. Дать детям почувствовать многообразие музыки, которую можно воплотить в движении;

Познакомить детей с разнообразием и выразительным значением основных естественных движений (ходьба, бег, прыжки), элементарными танцевальными движениями, не добиваясь пока качественного их исполнения.

Развитие гибкости, мягкости движений. Учить передавать в пластике разнообразный характер музыки. Развивать умения выражать эмоции в мимике, пантомимике. Учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе; вводить элементы балетного и современного массового танца.

Второй год обучения (6-7 лет)

Развитие у детей гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении.

Побуждение детей к творчеству, фантазии, воображению.

Воспитание интереса и любви музыки, формировать умение передавать в пластике разнообразных характер музыки. Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя пройденные движения. Развитие умения выражать эмоции в мимике, танцах и играх.

Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки. Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, к занятиям танцами и спорту.

Для успешной реализации программы и выполнения поставленных задач в работе с детьми используются следующие здоровьесберегающие технологии.

Содержание программы:

Структура занятия

Занятие состоит из нескольких частей:

1 часть – Вводная часть. Приветствие(3 мин.)

Комплекс музыкально - ритмических и общеразвивающих движений под музыку. Включает в себя строевые упражнения, различные виды ходьбы и бега, танцевальные шаги, упражнения на развитие мышц стопы и связочного аппарата, возможны комбинация движений ног и рук.

2 часть – Основная часть(15-20 минут)

Танцевальная разминка, работа над танцем или его отдельными элементами с целью развития и совершенствования навыков танцевальных движений под музыку.

3 часть – Игровая (5 минут)

Работа с музыкально-дидактическими и другими музыкальными играми, музыкально-пластические этюды, упражнения на релаксацию.

4 часть – Короткий анализ занятия. Прощание (2 минуты)

Кроме предложенного плана занятия педагог может проявить творческую инициативу, гибкость и в зависимости от поставленных задач строить занятие по другой структуре.

СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ – группа, количественный состав 26 человек.

Способом определения результативности реализации программы является педагогическая диагностика, проводимая педагогом 2 раза в год.

Педагогическая диагностика хореографических умений и навыков

Диагностика хореографических способностей, умений и навыков детей 5 – 7 лет проводится два раза в год: в середине и в конце учебного года (по итогам полугодия).

Цели и задачи диагностики:

- определить индивидуальные способности каждого ребёнка;
- скорректировать программу занятий соответственно уровню развития хореографических и ритмических навыков детей;

- создать условия для оптимального развития уже имеющихся способностей и формирования навыков, необходимых для танцевального искусства;
- определить динамику развития умений и навыков детей за учебный год;
- определить сильные и слабые стороны программы с целью её дальнейшей корректировки.

ДИАГНОСТИРУЕМЫЕ СПОСОБНОСТИ И СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ДОШКОЛЬНИКОВ

Координация движений – способность ребёнка контролировать и координировать действия и движения.

1-й год обучения.

Ребенку предлагают повторить за руководителем следующие задания:

- шаги в сторону по одному, по два;
- хлопки, притопы;
- «пружинка»;
- вынесение ноги вперёд на пятку, на носок, и т.п.

2-й год обучения.

Ребёнку предлагается под музыку повторить за руководителем следующие задания:

- поочерёдная работа рук;
- «лесенка»;
- шаги в стороны по одному, по два;
- шаги вперёд, назад;
- шаги в сочетании с «пружинкой», с движениями рук.

Способы оценки:

- *высокий уровень* – ребёнок точно или почти точно выполняет задание;
- *средний уровень* – при повторении движений ребёнок делает ошибку, правильно выполняет отдельные элементы;
- *низкий уровень* – ребёнок не способен выполнить задание.

Двигательная память – способность ребёнка повторить (самостоятельно) комбинацию движений (1 – 3) в определённой последовательности.

1-й год обучения. Общеразвивающие движения. Бег на носках в разных направлениях; кружения вправо, влево; отдельные движения рук и ног.

2-й год обучения. Общеразвивающие движения с предметами, без предметов. Комбинация строиться на отдельных движениях современного танца, по заданию педагога.

Способы оценки:

- *высокий уровень* – ребёнок точно самостоятельно воспроизводит комбинацию движений;
- *средний уровень* – ребёнок самостоятельно воспроизводит комбинацию движений, но при этом меняет очерёдность движений;
- *низкий уровень* – ребёнок не правильно воспроизводит комбинацию движений или не может самостоятельно выполнить задание.

Выразительность исполнения – данный критерий включает в себя эмоциональную выразительность исполнения, творчество и актёрское мастерство.

1-й год обучения. Ребёнку предлагают изобразить под музыку «добрую кошечку», «хищного тигра», «ветерок», «солнышко», «цыпленка».

2-й год обучения. Ребенку предлагают прослушать фрагмент музыкального произведения, и затем рассказать, что или кого он представил и попытаться выразить в движении свою фантазию.

Способы оценки:

- *высокий уровень* – ребёнок эмоционально, выразительно передаёт характер музыкального героя;
- *средний уровень* – ребёнок пытается изобразить музыкального героя, но не совсем удачно;
- *низкий уровень* – ребёнок плохо выполняет задание или не справляется с ним.

Гибкость – физическое состояние мышц.

1-год обучения.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК", Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Ребёнку предлагают выполнить упражнения:

- стоя, выполнить наклон вперёд, не сгибая колени;
- наклоны в стороны;
- упражнение «бабочка»;
- поднятие ноги на возможную высоту.

2-ой год обучения.

- «колечко»;
- «чемоданчик»;
- «складочку»; «корзиночку»;
- «бабочку»; наклоны в стороны, вперёд, назад.

Способы оценки:

- *высокий уровень* – ребёнок правильно выполняет задания с хорошей амплитудой движений;
- *средний уровень* – ребёнок выполняет задания, но требует определённой доработки движений;
- *низкий уровень* – выполнение заданий вызывает у ребёнка видимые трудности.

Список литературы:

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1993.
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. СПб., 1996.
3. Боромыкова О.С. Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением. СПб., 1999.
4. Зимина А.Н. Народные игры с пением. М. 2000.
5. Картушина М.Ю. Логоритмические занятия в детском саду. М., 2003.
6. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2000.
7. Нищева Н.В. Разноцветные сказки. СПб., 1999.
8. Рыбак Е.В. Вместе. Архангельск, 1997.
9. Синицына Е.И. Умные пальчики. М., 1999.
10. Трифонова О.Н. «Солнечная радуга»: музыкальная коррекция нарушения речи у детей с нотным приложением. Ростов н/Д: Феникс, 2008.
11. Н.Ветлугина, И.Дзержинская, Л.Комиссарова «Музыка в детском саду».. Москва, 1989г.
12. И.Каплунова, И.Новоскольцева, И.Алексеева «Топ-топ каблучок» пособие для муз.руководителей Санкт-Петербург 2000г.
13. Иллюстрированный методический журнал для музыкальных руководителей «Музыкальный руководитель» 2004-2015гг

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Перспективное планирование.

ВИДЫ УПРАЖНЕНИЙ	ЗАДАЧИ
<i>Строевые упражнения</i>	Совершенствовать различные виды ходьбы, развитие и умение ориентироваться в пространстве, осваивать различные виды перестроений: становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, шеренги, колонны и т.д.
<i>Логоритмика</i>	Развивать ритмический слух посредством словесных игр, формировать умение координировать движения со словом, развивать внимание.
<i>Танцевальные шаги, движения</i>	Совершенствовать навык основных танцевальных движений-элементов народных плясок, современных ритмических танцев, детского бального танца.
<i>Образные, тематические танцы</i>	Развивать умение передавать в пластике музыкальный образ, имитационные движения.
<i>Коммуникативные танцы</i>	Воспитывать чувство такта, умение взаимодействовать в парах, в группе. Формировать умение приглашать мальчикам девочек на танец. Выбатывать чувство радости, сопереживание по отношению друг к другу в танцах. Воспитывать культурные привычки -умение уступить, извиниться, пропустить.
<i>Гимнастические этюды</i>	Развивать гибкость, ловкость, увеличивать амплитуду движений. Развивать силу рук, ног, выносливость
<i>Акробатические упражнения</i>	Развивать координацию движений, ловкость, гибкость.
<i>Игры, упражнения на импровизацию</i>	Развивать творческое воображение, фантазию. Формировать умение исполнять знакомые движения в игровых ситуациях. Умение находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки. Развивать умение выражать эмоции в мимике, пантомиме.

С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Вместе весело шагать» «Калинка»	Двигаться ритмично в разных направлениях, точно самостоятельно выполнять движения руками. Движения по кругу хороводным шагом в различном направлении, «присядка», «ковырялочка»
Логоритмика	«Здравствуйте» (Картушиной с.160)	Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, природе, точность жестов
Танцевальные шаги, движения	«Танец мотыльков» Итальянская полька	Добиваться легкости в прыжках, ритмической точности в притопах
Образные, тематические танцы	«Дождик» «Жаворонок»	Развитие координации, ловкость в движениях с зонтиками Развитие плавности движений, выразительности образа
Коммуникативные танцы	«Найди пару»	Развитие ловкости, внимания, умение быстро находить пару
Гимнастические этюды	«Танцуйте сидя»	Развитие силы, выносливости, растяжка
Акробатические упражнения	«Кораблик» «Полушпагат»	Увеличивать амплитуду движений, раскачивание Развитие ловкости, координации
Игры, упражнения на импровизацию	«Осенние листья»	Развитие творческого воображения, добиваться легкости и плавности в движениях

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Н О Я Б Р Ь - Д Е К А Б Р Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Воздушная кукуруза»	Легкий бег по носочках, поскоки на месте
Логоритмика	«Снегири»с.76	Ритмичность, показ по тексту.
Танцевальные шаги, движения	«Снежный вальс» «Тренаж 1-2-3»	Развитие плавности движения рук Ритмично выполнять приставной шаг, добиваться максимальной амплитуды движения рук
Образные, тематические танцы	«А нам все равно» «Розовый слон»	Развитие ловкости, быстроты, подвижности, легкость в прыжках Развитие творчества, ритмичности
Коммуникативные танцы	«Танец игрушек»	Развитие ритмичности, соблюдение частей, смена движений, согласно характеру музыки
Гимнастические этюды	«Я на солнышке лежу»	Развитие координации, амплитуды движений, выносливости.
Акробатические упражнения	«Лодочка»	Развивать силу мышц спины, выносливость
Игры, упражнения на импровизацию	«Утро»	Изобразить момент просыпания, потягивания, подход к окну, выразительность движений

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Я Н В А Р Ь - Ф Е В Р А Л Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Голубая вода»	Постановка рук, I, II, III позиции
Логоритмика	«Как на горке снег, снег» с.62	Синхронность движений, плавные движения кистями
Танцевальные шаги, движения	«Тренаж 1-2-3»	Выполнение ритмичных современных движений
Образные, тематические танцы	«Сивка-бурка»	Ритмичные хлопки, координация
Коммуникативные танцы	«Друзья»	Слаженность движений, взаимодействие в парах
Гимнастические этюды	«Упражнение с мячами»	Развивать ловкость, выносливость, ритмичность в движениях с мячами
Акробатические упражнения	«Мостик» «Березка»	Выполнять самостоятельно Правильная постановка рук
Игры, упражнения на импровизацию	«Снеговик»	Уметь напрягать и расслаблять мышцы рук, ног, шеи, корпуса

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

МАРТ-АПРЕЛЬ

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш» «Дразнилка»(Зарядка-1,5)	Шагать друг за другом и врассыпную. Шаг с каблучка на месте и друг за другом
Логоритмика	«В лесу»(Картушина) с.159	Развивать творчество, выполнять подражательные движения
Танцевальные шаги, движения	«Ручеек» (Зарядка-4)	Хороводный шаг в индивидуальном исполнении, кружение на носочках
Образные, тематические танцы	«Дождинки» Вальс «Берегись автомобиля» А.Петрова «Ква-ква»	Развитие ловкости, координации движений с лентами Развития воображения, артистичности
Коммуникативные танцы	«Клоуны и куклы»	Развитие творческого воображения, выразительности движений
Гимнастические этюды	«Русалочка»	Развитие пластичности, гибкости
Акробатические упражнения	«Ласточка» «Угол»	Развитие координации, равновесия, выдержки
Игры, упражнения на импровизацию	«Накачаем мяч»	Правильное дыхание, импровизация в изображения действия, творчество

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

М А Й
(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Веселые шаги» «Шалуны»(Зарядка-8,13)	Выполнение бокового шага с пружинкой по кругу и на месте в разные стороны Выполнение подскоков на месте и назад «веревочка»
Логоритмика	«Лягушки»(Картушина) с.153	Ритмичные хлопки, прыжок «лягушка»
Танцевальные шаги, движения	Упражнение с цветами «Шербургские зонтики»	Развивать выдержку, неторопливость и точность движений
Образные, тематические танцы	«Песенка теплого лета» «Желтые ботинки»	Выразительное и ритмичное выполнение движений Четкость и синхронность в движениях ног
Коммуникативные танцы	«Почемучка»	Выразительное исполнение движений, взаимодействие в парах
Гимнастические этюды	«Мельница»	Развитие мягкости движения рук, гибкости позвоночника
Акробатические упражнения	«Золотая рыбка» «Морская звезда»	Учить расслабляться в фиксированном положении, следить за равномерным дыханием
Игры, упражнения на импровизацию	«Цыплята»	Тренировать фантазию, пластическую импровизацию

С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш» Г.Свиридова	Шагать в разных направлениях, одновременно выполнять движения руками
Логоритмика	«Острова»	Четко выполнять жесты и показы по тексту, меняя темп, выбирая ведущего
Танцевальные шаги, движения	«Под музыку Вивальди» «Модерн бит»	Выполнять постановочные упражнения синхронно. «Хлопки», «стряхивание», «коленочки», «молоточки»- ритмичное выполнение
Образные, тематические танцы	«Цирковые лошадки»	Высокое колено, четкость движений, легкий прямой галоп
Коммуникативные танцы	«Найди пару»	2-х ч. музыка-смена движений, переход по кругу, соблюдая части
Гимнастические этюды	«Морское путешествие»	Изображать корабли, водоросли, рыб, морской конек, золотая рыбка, морская звезда-отрабатывать плавность движений, гибкость, увеличивать амплитуду движений
Акробатические упражнения	«Мостик» «Золотая рыбка»	Самостоятельно выполнять Не задерживать дыхание, расслаблять спину
Игры, упражнения на импровизацию	«Осенние листья»	Передавать в движении игру ветра с листьями

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Н О Я Б Р Ь - Д Е К А Б Р Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Спортивный тренаж» «Светит месяц»	Выполнять движения руками при ходьбе по кругу-развитие внимания, координации. Перестроения на основе хороводного шага.
Логоритмика	«Наступили холода»с.55	Развитие ритмичности, внимания, воображения
Танцевальные шаги, движения	«Кадриль» «Латина»	Движения р.н.т.: «ковырялочка», скрестный шаг с пяткой, «присядка» Шаг на месте, кружений, «лягушка»
Образные, тематические танцы	«Метелица»	Взаимодействие в парах, выполнение разных движений девочками и мальчиками, развитие ориентации
Коммуникативные танцы	«Хорошее настроение»	Эмоционально выполнять танец, согласованность движений в парах
Гимнастические этюды	«Веселые клоуны»	Ритмичность, быстрая смена движений
Акробатические упражнения	«Березка»	Самостоятельное выполнение
Игры, упражнения на импровизацию	«Пьеро»	Передавать в движении грустный образ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Я Н В А Р Ь - Ф Е В Р А Л Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Улыбка»	Перестроение из круга в 4 колонны, ритмичность движений
Логоритмика	«Пограничники»с.106	Развитие точности движений, ритмичности
Танцевальные шаги, движения	«Синий василек» «Французский вальс»	Плавный хороводный шаг, кружение с припаданием, «ручеек» Шаги вальса по кругу и на месте-одиночное исполнение
Образные, тематические танцы	«Здравствуйте, мамы» «Вальс» Е.Дога	Плавные движения с шарфами Шаг вальса в парях
Коммуникативные танцы	«Маленькая девочка»	Взаимодействие, синхронность движений в парях
Гимнастические этюды	«Цветочная фантазия» «Упражнения с обручами»	Вырабатывать плавность перехода между движениями Координация движений, внимание
Акробатические упражнения	«Продольный шпагат», «Летучая мышь»	Работа над растяжкой, координацией
Игры, упражнения на импровизацию	«Роботы и феи»	Самим придумывать движения к образу, поочередная смена движений

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК"**, Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

МАРТ–АПРЕЛЬ
(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Турецкий марш» «Озорники»	Развитие координации движений, внимания, быстроты реакции. Развитие внимания, частая смена различных шагов, бега
Логоритмика	«Тополек»с.73	Развитие координации
Танцевальные шаги, движения	«Воздушная кукуруза» «Сиртаки»	Развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности Развитие внимания, памяти, точности движений
Образные, тематические танцы	«Аэробика» «Весенняя ламбада»	Развитие координации движений, быстроты реакции, амплитуды движений Выразительно выполнять движений
Коммуникативные танцы	«Что такое доброта» «Птичий двор»	Эмоциональный отклик, выразительность движений Развитие воображения, способности к импровизации
Гимнастические этюды	«Дорогой длиною»	Развитие музыкальности, гибкости, пластичности
Акробатические упражнения	«Мостик» «Поперечный шпагат»	Индивидуальная работа с положения стоя Увеличение амплитуды, правильный разворот
Игры, упражнения на импровизацию	«В замке спящей красавицы»	Начинать движения по заданному образу с музыкой, выдерживать паузу

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК"**, Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

М А Й

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Улыбка»	Вход на открытое занятие
Логоритмика	«Замри» с.141	Развитие воображения, выдержки
Танцевальные шаги, движения	«Аэробика»	Показательное упражнение с султанчиками
Образные, тематические танцы	«Здравствуйте, мамы»	Приветственный танец, синхронность движений
Коммуникативные танцы	«Маленькая девочка»	Выразительные движения
Гимнастические этюды	«Упражнение с обручами»	Точность и ловкость движений
Акробатические упражнения	«Веселые клоуны»	Ритмичность, соблюдение темпа
Дыхательные упражнения, игры на импровизацию	«В стране цветов»	Развитие фантазии, пластичности

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК",** Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

Комплекс упражнений партерной гимнастики, направленных на развитие природных физических данных детей старшего дошкольного возраста.

I) Комплекс упражнений сидя на полу:

1) Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

- сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

- сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

- «Солнышко»

Следить за натянутостью колен и стоп.

2) Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:

- «Чемоданчик»

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

3) Упражнения для развития паховых мышц, тазобедренного сустава:

- «Бабочка»

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

- «Гармошка»

Следить за прямой спиной и за бёдрами.

II) Комплекс упражнений лёжа на спине:

1) Упражнения на пресс:

- поднятие ног

Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

- «Велосипед»

Ноги поочерёдно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

2) Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника

- «Берёзка»

III) Комплекс упражнений лёжа на животе:

1) Упражнения для развития гибкости

- «Окошечко»
- «Змейка»

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

- «Лягушка»

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

- «Самолётик»
- «Корзинка»

Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются вверх.

IV) Комплекс упражнений для растягивания мышц ног

- «Чемоданчик» в парах

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

- **ноги по сторонам**

И.П.: ноги раскрыты по сторонам.

Тянущийся кладёт корпус между ног, а тянущийся оказывает значительное давление на спину, так чтобы корпус лёг на пол.

- «Бабочка» в парах

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

- «Полушпагат»
- «Шпагат»

Логоритмические упражнения для старшей группы

Здравствуйте

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

1.По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем-шагают на месте

Здравствуй,солнце! *-руки вверх*

Здравствуй, речка!
-плавно опускают перед собой, водят вправо-влево

Здравствуй, белая овечка *-прикладывают кулачки к голове*

Здравствуй, козлик!
-приставляют указательные пальцы к голове

Здравствуй, кот, тот, что лапкой моет рот!
-выставляют «кошачьи лапки»

2.По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем *-шагают на месте*

Здравствуй, белка! *-прижимают руки к груди, опустив кисти, чуть присев*

Здравствуй, стриж!
-взмахивают руками как крыльями

Здравствуй, зайнышка-малыш!
-ладони к голове-«ушки»

Здравствуйте, мои друзья!
-правую руку вверх, машут кистью

Очень рад всех видеть я!
-прижимают руки к груди и вытягивают вперед

Снегири

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

Ра-ра-ра-погляди-ка, детвора- *3 хлопка над головой, приставить ладонь . .*
«козырьком», смотрят вправо-влево

Ря-ря-ря-взошла красная заря - *3хлопка, поднимают плавно руки вперед-
вверх-в . .*
стороны

Ре-ре-ре-растет рябина на горе – *3 хлопка, руки на поясе-покружиться на
... ..*
носочках-руки вверх

Ри-ри-ри-клюют рябину снегири – *3 хлопка, наклон вперед, руки отведены
вниз- .*
назад

«Как на горке снег, снег»

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

Как на горке- снег,снег -*поднимают руки вверх, машут вправо-влево*

И под горкой –снег,снег -*присесть, руки вправо-влево.*

И на елке снег,снег -*сложить руки «домиком»*

И под елкой –снег,снег -*покружиться с «моталочкой»*

А под елкой спит медведь -*присесть, руки положить под голову*

Тише, тише. Не шуметь! -*встают, грозят пальцем*

В лесу

И.п. стоят по кругу друг за другом

Вышел мишка из берлоги и идет своей дорогой- *идут по кругу вперевалочку*

Мишка песенки поет, очень громко он ревет- *кружатся вперевалочку*

Р-р-р.. -*наклоняются в круг, рычат*

Серый зайка скачет по лесочку, словно мячик-*скачут по кругу на носочках*

Прыг-скок, прыг-скок. Прыгать надо на носок-*прыгают на месте, кружась*

Бл-л-л... -*наклоняются в круг, выполняют «болтушку»*
языком

А за ним лиса крадется и тихонечко смеется *-идут на носочках, «крутят» ..*
.. хвостом

Хи-хи-хи .. *-наклоняются в круг,*
смеются Волк уселся на лугу и весне поет *-идут широкими*
шагами

У-у-у... *-наклоняются вперед,*
поднимают . голову, глис. От
низкого звука до
... *высокого*

А кукушка на суку целый день кричит *-взмахивая, как крыльями*
бегут на . носочках

«Ку-ку!» *наклоняются в круг.*

Лягушка

И.п. стоят по кругу, лицом в круг

Ква-ква, ква-ква-ква! *-ритмичные хлопки в ладоши*

Скачут, скачут на опушке *-2 прыжка в круг -ноги широко*
расставлены

Ква-ква, ква-ква-ква! *-ритмичные хлопки в ладоши*

Лупоглазые лягушки *-2 прыжка назад*

Прыг-прыг-под лист-листок . *-2 боковых галопов в круг, присесть, руки*
«домиком»

Прыг-прыг-под кусток *-2 боковых галопов из круга, присесть, руки*
«домиком»

Прыг-на кочку и сидят, *-выпрыгнуть вверх, сесть, руки упереть в*
колени

Комара поймать хотят *-качают головой*

З-з-з!... *-Вращают указательными пальцами, постепенно*
вставая

Ам!

-встать, хлопнув в ладоши

Логоритмические упражнения для подготовительной группы Острова

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Раз, два-острова-хлопки на счет, поочередные круговые движения руками

Три, четыре-мы приплыли-одновременно двумя руками вперед

Пять, шесть-сходим здесь-выставить ладошки поочередно

Семь, восемь-сколько сосен-покачивание руками над головой вправо-влево

Девять, десять-мы в пути-«шагающие» движения пальцами вперед

До-счи-тал до де-ся-ти!-поочередное движения ладонями вокруг головы,
вперед, хлопок.

Наступили холода

И.п. стоят по кругу друг за другом

Ехать в поезде тепло

Поглядим-ка мы в окно.

А на улице зима,

Наступили холода - *двигаются по кругу дробным шагом*

Да-да-да-наступили холода- *хлопки по коленям, потирают плечи*

Да-да-да-превратилась в лед вода-«стряхивание» кистями

Ду-ду-ду-поскользнулся я на льду-резко присесть

Ду-ду-ду-я на лыжах иду-сгибание колен поочередно

Ды-ды-ды-на снегу есть следы.-выставить поочередно ногу вперед

Ди-ди-ди-ну, заяц, погоди-полочка, «грозят»

Пограничники

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Тру-ту-ту! Тру-ту-ту!
трубе

-имитировать игру на

По порядку стройся в ряд, пограничников отряд *-шагают на месте*

Левая, правая
ногой

-топнуть левой, затем правой

Бегая

-бег на месте

Плавая
назад

-имитация «брасса» в наклоне прогнувшись

Мы растем смелыми

-встать на носки, руки вверх.

На солнце загорелыми

-руки за голову.

Ноги наши быстрые
колоне

-поочередно поднять ногу, согнутую в

Метки наши выстрелы *-резко выбросить обе руки вперед с указательным пальцем*

Крепки наши мускулы

-согнуть руки к плечам

И глаза не тусклые
вправо

-руки на пояс, наклоны головой влево-

Кто шагает дружно в ногу

-шаг на месте

Пограничникам-дорогу

-отдать «честь», стать в и.п.

Тополек

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Стоит тополек, тонок и высок
влево

-руки вверх, качают вправо-

Тонок и высок, листвой широк

-разводят руки в сторону

Его солнышко печет

-руки сложить на голову

Частым дождичком сечет *-резко встряхнуть кистями 4 раза,*
опуская вниз

Буйный ветер повеваает, тополечек наклоняет *-руки вверх, наклоны*
вправо-.. .. влево

А он маковкой звенит *-руки на пояс, наклоны головой в*
стороны

Развеселый стоит *- пружинки с поворотом.*

Замри

И.п. дети выбирают образ мишки, лисы, зайца-изображают

Разбежались по лужайке мишки, лисоньки и зайки *-бегают врассыпную в*
образе

Стали весело кружиться, стали звери веселиться *-кружатся на*
носочках

Раз-прыжок, два-прыжок! *-прыжки на 2 ногах.*

Замирай скорей, дружок *!-замереть в образе,*
пока . ведущий не
скажет: «Отмри!»

Образные упражнения и музыкально-пластические импровизации

Совсем маленькие дети, не умеющие говорить, с необыкновенной легкостью заменяют слова мимикой и жестами. Развитие ребенка идет от движения и эмоций к слову. Поэтому вполне естественно, что детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела. Особенно интересные пластические образы возникают под влиянием музыки. Здесь трудно переоценить значение образных упражнений.

ОБРАЗНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д.

Для детей дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- а) знакомые детям животные и птицы;
- б) интересные предметы;
- в) растения и явления природы;
- г) люди, профессии.

В младших группах при создании музыкальных образов у детей происходит простейшая имитация движений (воробушек машет крыльями, зайчик скачет, медведь топчется). В старших группах появляются повышенные требования к сходству, переживанию образа, требуется более эмоциональная выразительность движений.

На занятиях я использую образные рассказы, которые предлагаю детям проинсценировать. Например: *"Сейчас я расскажу вам одну историю. Жили-были на дворе курочки и петушок. Как-то раз, когда курочки еще спали в своем курятнике, проснулся петушок, выглянул на улицу: Уже утро! Вышел петушок во двор, стал важно так вышагивать, крыльями хлопать. Вдруг видит, на земле зернышки лежат. Обрадовался петушок и стал курочек звать: "Ку-ка-ре-ку!" Услышали его курочки, весело выбежали из курятника, побежали по двору. Показал им петушок зернышки и стали они вместе их клевать. Вот как было! послушайте про все это музыку"* Звучит произведение "Курочки и петушок" (русская народная мелодия в обработке Г.Фрида) Говорю детям: *"Теперь вы все превращаетесь в курочек. А кто хочет быть петушком-золотым гребешком?"* Показываю шапочку петушка. Выбирается петушок. Игра проводится 2-3 раза, каждый раз с новым исполнителем роли петушка. Вместе с детьми оцениваю действия

исполнителей. Всегда стараюсь не пропустить, отметить удачно найденное ребенком новое движение в игровом образе.

Упражнение "МАЛЕНЬКИЕ КУСТИКИ"

Руководитель показывает зайца, который ищет кустики, чтобы спрятаться от лисы. Детям предлагается помочь зайчику - сделать так, чтобы было много кустиков. Руководитель спрашивает: *"Кто хочет стать кустиком?.. Где у тебя, кустик, веточки? Как они на ветру качаются? Как ты укроешь зайчика от лисы?"* Упражнение выполняется под "Вальс" Ф.Шопена.

Упражнение "СВАРИМ КАШУ"

Руководитель спрашивает детей, какую кашу каждый любит, и предлагает сварить кашу "Ассорти". Дети "превращаются" в выбранную каждым крупу, руководитель - вода. Имитируя "кипящую воду", руководитель приглашает в кастрюлю (ею может быть обруч) "крупу", которая "пыхтит":
Данное упражнение можно проводить, используя стихотворение И.Мазины **"Гречневая каша"**:

Если печка, то печет.
Если сечка, то сечет.
Ну, а гречка? То гречет?
Вот и нет, она растет.
Если гречку собрать
И в горшок положить,
А потом эту гречку
Водой залить.
А потом еще долго,
Долго варить.
То получится каша,
Любимая каша!
В стихотворении, по желанию детей, меняется название крупы.
Упражнение можно выполнять под "Польку" М.Глинки.

В старшем дошкольном возрасте коллекция музыкальных образов значительно пополняется:

Упражнение "КЛОУНЫ" (*"Канкан"*, муз. Ж.Оффенбаха)

Поговорить с детьми о том, что делают в цирке клоуны: прыгают; скачут с ножки на ножку; строят рожицы; жонглируют; дразнятся (делают длинный нос); выполняют различные наклоны, махи руками; кривляются. Можно надеть детям колпачки и клоунские носы, предложить им сыграть в цирк. 2-4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК", Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

клоуна танцуют, остальные зрители. Можно предложить такой вариант: на одну музыкальную фразу танцуют клоуны с синими носами, на другую - с красными.

Упражнение "ПТИЦЫ"
(*"Очарование"*, муз. Ф.Маршетти)

Повторить с детьми движения, характерные для птиц:

1. плавные махи руками в стороны-вверх, вперед-назад;
2. энергичные махи руками;
3. легкие потряхивающие движения кистями, опустив руки-крылья вниз назад;
4. волнообразные движения поочередно каждой рукой и двумя одновременно;
5. плавные движения одной рукой (как бы рисуя узор в воздухе), затем другой, обеими руками;
6. выполнять все вышеперечисленные движения руками, одновременно делая полуприседания, небольшие пробежки, легкое кружение на носочках;
7. движение "ласточка" с последующей пробежкой, кружением, приседанием;
8. кружение друг с другом парами;
9. резко подниматься и опускаться на носочках; опускаться вниз, одновременно стремительно взмахивать руками ("взмывать в небо")

Предложить детям "превратиться" в птиц и под музыку отправиться в дальнее путешествие.

Упражнение "ПЬЕРО"
(*"Песня без слов"*, муз. Ф.Мендельсона)

Вспомнить с детьми сказку А.Толстого "Золотой ключик" и одного из героев - Пьеро. Что может делать Пьеро?

1. Ходить, безвольно опустив руки (как две веревочки), плечи и голову.
2. Прижимать руки к сердцу, возносить их к небу, как бы моля о том, чтобы на него обратили внимание.
3. Держась руками за голову, раскачиваясь, передавать грусть и безысходность.
4. Прижимать поочередно ладони тыльной стороной ко лбу, подчеркнуто горестно вздыхать.
5. Закрывать лицо руками, покачиваться из стороны в сторону.
6. Делать грустное, печальное выражение лица.

Перед выполнением образного упражнения руководитель читает текст - историю несчастной любви Пьеро: *"Давным-давно в сказочном кукольном королевстве жил очень добрый и хороший мальчик по имени Пьеро. Его все любили за то, что он был самый вежливый, послушный и застенчивый мальчик во всем королевстве. Однако его очень жалели, потому что этот вежливый и послушный мальчик всегда был чрезвычайно грустный и печальный. Из его прекрасных глаз без конца капали горькие-горькие слезы. Пьеро ходил, плакал и пел печальную песню: "Мальвина, Мальвина, принцесса моя! Мальвина, Мальвина, мне жизнь не мила!" Пьеро (а об этом знало все королевство) был влюблен в прекрасную девочку с голубыми волосами, которую звали Мальвина. Но он не мог признаться ей в любви, потому что был очень застенчивый. Что ему оставалось делать?! Только петь и плакать, плакать и петь:"*

Мои дети из подготовительной группы очень любят передавать образ "оживающего цветка": дети приседают, голова наклонена вперед, руки свободно опущены. Вдруг закапал дождь, цветок начал оживать: Мне нравится делать это упражнение под музыку Э.Грига "Утро".

Или каждый ребенок по очереди изображает бытовые предметы: например, закипающий чайник со свистком, скрипучую дверь, настольную лампу или торшер.

В старшем дошкольном возрасте можно также использовать один и тот же образ, но уже разного характера. Например: "Кукла-балерина" и "Кукла-робот"; "Тигр дрессированный" и "Тигр дикий". На таком контрасте дети острее чувствуют и точнее передают нюансы характера образа.

=====

Необходимым условием развития воображения, пластической выразительности является умение ребенка владеть своим телом, так называемая мышечная свобода. У дошкольников отсутствие этих умений проявляется в двух видах: как перенапряжение (зажим) всех или отдельных групп мышц или как излишняя разболтанность, развязность. Поэтому важно использовать упражнения на попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц, до полного расслабления всего тела, лежа на полу. Например:

- упражнение "Кукла-марионетка" (Ребята представляют, что к каждому их суставчику привязана нить. С начала все нити натянуты: "куклы" стоят с прямыми спинами и высоко поднятыми руками, так как к кончикам их пальцев тоже привязаны нити. Но вот я начинаю поочередно "отрезать ножницами" нити, идущие от пальцев, и они свободно опускаются. Когда "отрезаю" нити от локтей, свободно опускаются руки. Дальше "отрезаю" ниточки от головы, спины, коленей. Наша "марионетка" совсем расслабилась и либо села на корточки, либо мягко опустилась на пол). Это упражнение учит детей релаксации (расслаблению). Да и поваляться на полу во время занятия - большое удовольствие для малыша.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК"**, Кабаева
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155

- упражнение "Шалтай-Болтай" (*Руки свободно, расслабленно следуют за движением корпуса*)
- упражнение "Большие камни" (*Ребенок имитирует поднятие большого камня, напрягая все тело, затем "бросает" его, расслабляясь*)

Добившись определенных результатов в этом направлении, в старшем дошкольном возрасте можно переходить к музыкально-пластическим импровизациям.

МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКИЕ ИМПРОВИЗАЦИИ

Цель: Передавать в пластических свободных образах характер и настроение музыкальных произведений.

Латинское слово "improvisus" - означает "непредвиденный".

Импровизировать - значит играть, одновременно сочиняя, или вернее, сочинять без предварительной подготовки, тут же исполняя сочиненное. Я предлагаю детям определенную ситуацию. Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела фантазируют и создают мини-спектакль (этюд) на заданную тему, соответствующий характеру музыки.

ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ

("Осенний сон", муз. А.Джойса)

Ветер играет осенними листьями, они кружатся в причудливом танце, постепенно опускаясь на землю.

БАБОЧКИ

("Мотылек", муз. Д.Кабалевского)

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любят свои крылышки. Легкие и воздушные, они порхают и кружатся в своем радостном танце.

В СТРАНЕ ЦВЕТОВ

("Вальс цветов" из балета "Щелкунчик", муз. П.Чайковского)

В стране цветов праздничный бал. Каждый цветок импровизирует свои движения, выражая общее радостное настроение.

В ЦАРСТВЕ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ

("Аквариум" из "Карнавала животных", муз. К.Сен-Санса)

В морском царстве Золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрывается и закрывается раковина, быстро перемещается по дну краб:

В ЗАМКЕ СПЯЩЕЙ КРАСАВИЦЫ

(*"Романс", муз. Д.Шостаковича*)

В заколдованный замок, где жизнь замерла и все обитатели которого, превращенные в статуи, застыли в разных позах, попадает принц. Он дотрагивается до спящей принцессы, и все вокруг оживает: потягивается и поднимается кошка, просыпается огонь в камине, слуги накрывают на стол, гости, очнувшись ото сна, начинают двигаться и танцевать

В заключении хочется сказать, что в каждом ребенке самой природой заложено творческое начало. Нет детей, лишенных воображения, но есть дети с фантазией закрепощенной, как бы спрятанной от посторонних глаз. На музыкальных занятиях с помощью игры и сказки я учу их раскрепощаться.

Учу их самовыражаться через музыку, пусть сначала примитивно, непрофессионально, немзыкально, постепенно повышая их уровень, чтобы у ребенка была осознанная потребность добиваться каких-либо результатов.

И после каждого выполненного задания обязательно хвалю его, хвалю за самую малость. Ребенок должен поверить в себя, в свои силы и возможности, и гордиться тем, что он уже умеет (а вчера еще не умел!)

Известный детский писатель Джанни Родари писал: ***"Надо развивать творческое начало у всех, чтобы мир не оставался таким, какой он есть, а преобразался. Преобразался к лучшему:"***

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 26 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЕРЕМОК", Кабаева**
Светлана Валерьевна, Заведующий

Сертификат D72F594A870EAE118150B3386F29B155